

.. هَلَّ الهِلالُ ..



كان رسول الله (ص) إذا أهل هلال شهر رمضان استقبل القبلة ورفع يديه فقال: اللهم أهله علينا بالأمن والإيمان، والسلامة والإسلام، والعافية المجللة، والرزق الواسع، ودفع الأسقام، اللهم ارزقنا صيامه وقيامه وتلاوة القرآن فيه، اللهم سلمه لنا وتسلمه منا وسلمنا فيه.

آمنة تبحث عن هلال شهر رمضان ساعديها في الوصول إليه



عن أمير المؤمنين(ع) قال:
"إنّ رسول اللّهِ(ص) خطبنا ذات يومٍ فقال:

"أَيُّهَا النَّاسُ! إِنَّهُ قَدْ أَقْبَلَ إِلَيْكُمْ شَهْرُ اللّهِ بِالْبَرَكَةِ وَالرَّحْمَةِ وَالمَغْفِرَةِ. شهْرٌ هُوَ عِنْدَ اللّهِ أفضل الشُّهُورِ، وَأَيَّامُهُ أفضل الأَيَّامِ، وَلَيَاليه أفضلِ اللَّيَالِي، وَسَاعَاتُهُ أفضل السَّاعَاتِ. هُوَ شَهْرٌ دُعيتُمْ فيه إلى ضِيَافَةِ اللّه، وَجُعلتُمْ فيه مِنْ أهْلِ كَرَامَةِ اللّه. أنفاسُكُمْ فِيهِ تَسْبيحٌ، وَنَوْمُكُمْ فِيهِ عِبَادَةٌ، وَعَمَلُكُمْ فِيهِ مَقبُول، وَدُعَاؤُكُمْ فِيهِ مُسْتَجَابٌ، فاسْأَلُوا اللّه رَبَّكُمْ بِنِيَّاتٍ صَادِقَةٍ، وَقُلُوب طَاهِرَةٍ، أنْ يُوَفِّقكُمْ لصيَامِهِ، وَتِلَاوَةِ كِتَابِهِ، فَإنَّ الشَّقِيَّ مَنْ حُرِمَ غفْرَانَ اللّه فِي هَذَا الشَّهرِ العَظِيمِ. وَاذكُرُوا بِجُوعِكُمْ وَعَطَشِكُمْ فِيهِ، جُوعَ يَوْمِ القِيَامَةِ وَعَطَشَهُ".



١٠ شهر رمضان
وفاة أمّ المؤمنين خديجة رضوان الله عليها (عام الحزن).

١١ شهر رمضان
وصول رسائل أهل الكوفة إلى الإمام الحسين (ع)

١٢ شهر رمضان
المؤاخاة بين المهاجرين والأنصار.

١٥ شهر رمضان
ولادة الإمام الحسن بن عليّ (ع)

١٧ شهر رمضان
معركة بدر الكبرى.

١٩ شهر رمضان
ليلة جرح أمير المؤمنين (ع)

٢٠ شهر رمضان
فتح مكّة، وتحطيم الأصنام.

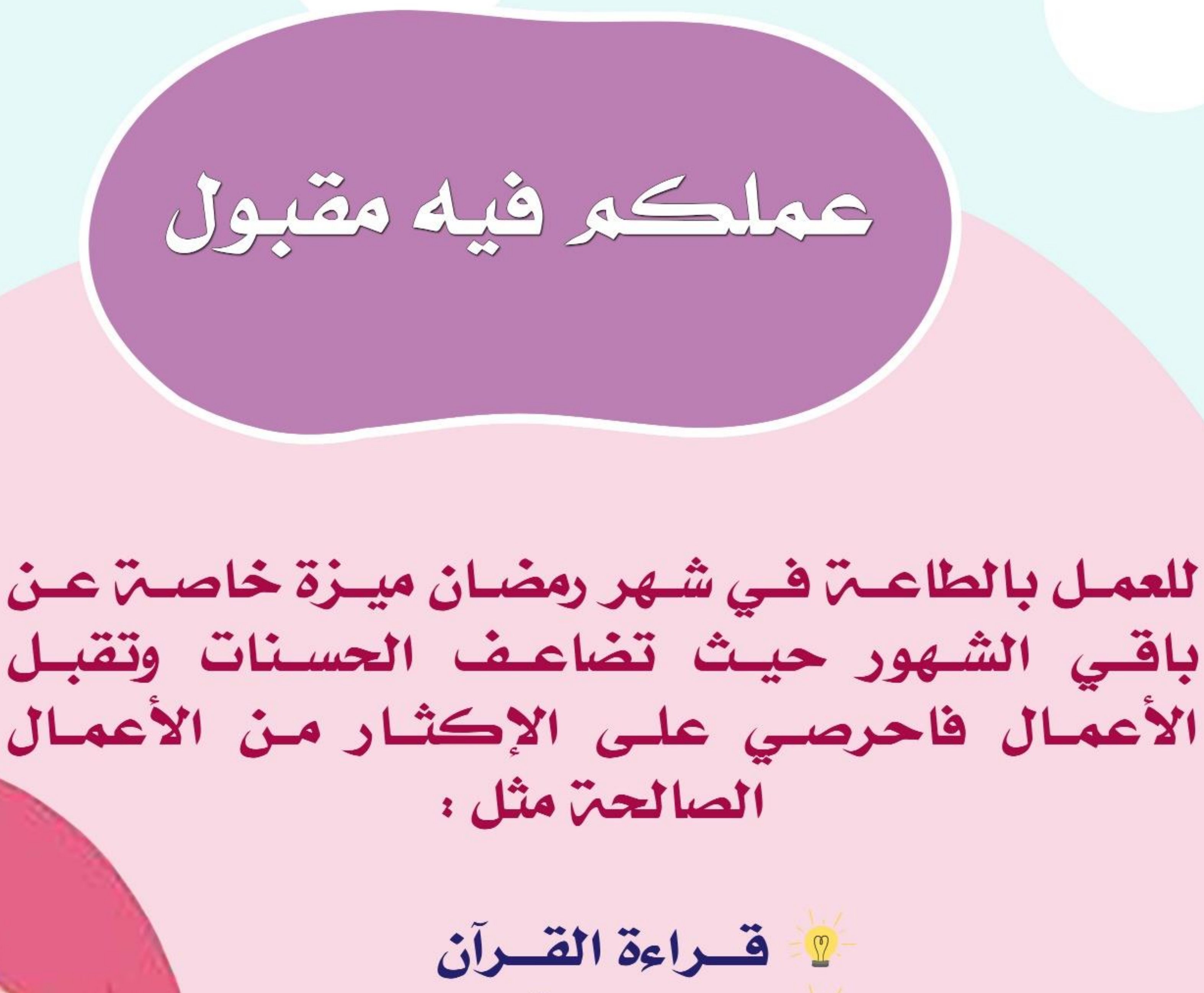
٢١ شهر رمضان
شهادة أمير المؤمنين الإمام عليّ (ع)

٢٣ شهر رمضان
ليلة القدر (ليلة الجُهني).

أيامه أفضل الأيام

الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
			١	٢	٣	٤
٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨
١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥
٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠		





عملكم فيه مقبول

للعمل بالطاعة في شهر رمضان ميزة خاصة عن باقي الشهور حيث تضاعف الحسنات وتقبل الأعمال فاحرصي على الإكثار من الأعمال الصالحة مثل :

- قراءة القرآن
- الصدقة
- الدعاء
- الاستغفار
- صلاة التطوع
- بر الوالدين
- صلة الرحم
- مساعدة المحتاجين
- إهداء ثواب الأعمال للمعصومين (ع)



شهر رمضان شهر الدعاء والمناجاة تفتح فيه أبواب السماء لاستجابة الدعوات فلكل ساعة من ساعات شهر رمضان أدعية خاصة بها مثل:



دعاء الإفطار

اللّهُمَّ لَكَ صُمْتُ وَعَلى رِزْقِكَ أفطرْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكّلْتُ.



دعاء كل ليلة من شهر رمضان



أَعُوذُ بِجَلالِ وَجْهِكَ الكَرِيمِ أَنْ يَنقَضِيَ عَنِّي شَهْرُ رَمَضانَ أَوْ يَطْلَعَ الفَجْرُ مِنْ لَيْلَتِي هذِهِ وَلَكَ قِبَلِي تَبِعَةٌ أَوْ ذَنبٌ تُعَذِّبُنِي عَلَيْهِ

أن يوفقكم لصيامه

فوائد الصيام

الصحية

يساعد على راحة الجهاز الهضمي وتخليص الجسم من السموم

ينشط الدورة الدموية ويساعد على حرق الدهون والتخلص من الوزن الزائد

يساعد على تقوية الذاكرة وزيادة القدرة على التعلم

السلوكية

تعلم قيمة الصبر، وتحمل الجوع والعطش

يشعرنا الجوع أثناء الصيام بحاجة الفقراء




.. و تلاوة كتابه ..
لتلاوة القرآن في شهر رمضان
فضل عظيم
كما يستحب ختمه والإكثار من تلاوته
والتدبر في آياته والعمل بأحكامه.
قال رسول الله (ص) :
"ومن تلا فيه آية من القرآن كان له مثل
أجر من ختم القرآن في غيره من الشهور".





(٧ نصائح لصيام صحي)







الإفطار

- نبدأ إفطارنا بتناول ثلاث تمرات لتساعد الجسم على تعويض ما فقده من طاقة خلال اليوم
- من الجيد تناول كأس من الماء أو اللبن قبل البدء بتناول الطعام فهو يعوض ما فقده الجسم من سوائل
- التمهل أثناء تناول الطعام يساعد الجهاز الهضمي على العمل بطريقة جيدة
- عدم تناول كمية كبيرة من الطعام تجنبا للخمول والكسل

السحور

- تناول الماء بقدر كاف لتخفيف الشعور بالعطش في اليوم التالي
- الإكثار من تناول الخضروات والفواكه فهي تمد الجسم بالطاقة
- تجنب تناول الأطعمة المالحة والمخللات فهي تسبب العطش


نتمنى
لكم شهراً
مليئاً بالخير
والرحمة والمغفرة





wahatalhussain

0578708599

واحة الحسين